

Étlap tervezet

2018.23. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2018.06.04.-2018.06.10.

Étlap: Kinder

2003 Vizafogó konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 Briós En: 1129 kJ (270 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 7,3 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,7	Citromos tea Delma margarin Méz Fehér formakenyér En: 1251 kJ (299 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,1 g Cukor: 21,1 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1	Tejescávé Foszlóskalács En: 1162 kJ (278 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 9,8 g Feh: 10,5 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Gyümölcstea Kocka sajt TK kifli sószegevény En: 1151 kJ (275 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,3 g Cukor: 15,8 g Feh: 7,5 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Paradicsom Delma multivitamin margarin 40 TK zsemle En: 1358 kJ (324 kCal) Zsír: 11,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7
Ebéd	Fejtettbab- leves füstölt sert Tejberizs kakaósöréssel Alma En: 3478 kJ (831 kCal) Zsír: 25,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 113,8 g Cukor: 20,0 g Feh: 30,0 g Só: 2,0 g Allergének:1,7	Csontleves Száraltészta-levesbetét Tökfőzelék Sertéspörkölt Nápolyi En: 2737 kJ (654 kCal) Zsír: 34,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,5 g Cukor: 5,0 g Feh: 29,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9	Gyümölcs leves Sajttal töltött pulykamell Párolt rizs Káposzta saláta En: 3827 kJ (914 kCal) Zsír: 40,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 118,1 g Cukor: 21,0 g Feh: 24,1 g Só: 2,0 g Allergének:1,3,7	Magyaros gombaleves Eszterházy csirkeragu Tésztaköret Alma En: 3727 kJ (890 kCal) Zsír: 37,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 90,4 g Cukor: 3,0 g Feh: 35,3 g Só: 1,8 g Allergének:1,7,9,10	Zöldborsóleves Serpényös burgonya baromfi vir Csemege uborka En: 2927 kJ (699 kCal) Zsír: 34,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 66,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 24,5 g Só: 2,2 g Allergének:1,6,7,9
Uzsonna	Tavaszi felvágott Ráma margarin Kaliforniai paprika TK formakenyér En: 1434 kJ (342 kCal) Zsír: 17,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,5 g Só: 2,4 g Allergének:1,6,7	Tejszínes sajtkrém Paradicsom TK zsemle En: 985 kJ (235 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,8 g Só: 1,2 g Allergének:1,7	Marhapárizsi Liga Csökk. zsírtart. margarin Kígyó uborka TK zsemle En: 1277 kJ (305 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Joghurtos delma Zöldpaprika Félbarna kenyér En: 1043 kJ (249 kCal) Zsír: 0,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Lekváros bukta En: 1074 kJ (257 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 4,2 g Feh: 4,5 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

Normál.diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu

Tar József üv.Tsz:0613592711.

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szójabab és abból készült termékek, 7.-Tej- és tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezámmag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek